



Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes
2 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla de Patata con Cebolla Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Ave + Fruta	3 Arroz con Tomate Salmón a la Naranja Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	4 Macarrones Gratinados Nuggets de Pollo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	5 Garbanzos Estofados con Verduras Merluza al Horno Verduras Asadas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	6 Crema de Calabacín ECO Tortilla Francesa con Queso Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Lácteo
9 Crema de Zanahoria ECO Arroz con Pollo Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Fruta	10 Tallarines con Tomate Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Lácteo	11 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Fruta	12  FESTIVO	13  FESTIVO
16 Brócoli Salteado Albóndigas de Ternera en Salsa Patatas Fritas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Pescado + Lácteo	17 Coditos al Gratén Bacalao a la Andaluza Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Carne + Fruta	18 Lentejas Estofadas con Verduras Tortilla Francesa Ensalada de Lechuga y Maíz Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Pescado + Lácteo	19 Arroz con Verduras: Cebolla, Zanahoria, Champiñón, Calabacín Filete de Pollo al Horno Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	20 Judías Pintas Estofadas Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Pasta + Huevo + Fruta
23 Lentejas Estofadas con Verduras Empanadillas de Atún Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Patata + Carne + Fruta	24 Arroz a la Cubana Salchichas de Pavo al Horno Ensalada de Lechuga y Zanahoria Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Lácteo	25 Macarrones Boloñesa Merluza al Horno Calabacín Rehogado Pan Integral y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Ave + Fruta	26 Sopa de Fideos Cocido Sin Cerdo Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Arroz + Huevo + Fruta	27 Crema de Verduras ECO Rotti de Pavo al Horno Zanahoria Rehogada Pan y Agua Fruta de Temporada y Yogur Cena: Verdura + Pescado + Fruta
30 Sopa de Fideos Crujiente de Bacalao Ensalada de Lechuga y Tomate Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Huevo + Lácteo	31 Espaguetis con Tomate Pollo al Ajillo Ensalada de Lechuga y Maíz Pan y Agua Fruta de Temporada Cena: Verdura + Pescado + Fruta			

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.

Lunes

- 2** Crema de Verduras ECO
Tortilla de Patata con Cebolla
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Ave + Fruta

Martes

- 3** Arroz con Tomate
Salmón a la Naranja
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

Miércoles

- 4** Pasta Sin Gluten al Gratén
Filete de Pollo al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Pescado + Lácteo

Jueves

- 5** Garbanzos Estofados con Chorizo
Merluza al Horno
Verduras Asadas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

Viernes

- 6** Crema de Calabacín ECO
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Lácteo

- 9** Crema de Zanahoria ECO
Paella Valenciana
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Ensalada + Ave + Fruta

- 10** Pasta Sin Gluten con Tomate
Tortilla Francesa
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 11** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Fruta**12****FESTIVO****13****FESTIVO**

- 16** Brócoli Salteado
Cinta de Lomo Adobado al Horno

Patatas Fritas
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Pescado + Lácteo

- 17** Pasta Sin Gluten al Gratén
Bacalao al Horno

Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Carne + Fruta

- 18** Crema de Calabacín ECO
Tortilla Francesa

Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 19** Arroz Tres Delicias
Filete de Pollo al Horno

Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 20** Judías Pintas Estofadas
Caballa con Ensalada de Pimientos Asados y Aceitunas

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Pasta + Huevo + Fruta

- 23** Estofado de Patatas con Verduras
Cinta de Lomo Adobado al Horno
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Patata + Carne + Fruta

- 24** Arroz a la Cubana
Salchichas de Pavo al Horno
Ensalada de Lechuga y Zanahoria
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Lácteo

- 25** Pasta Sin Gluten Boloñesa
Merluza al Horno
Calabacín Rehogado
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Ave + Fruta

- 26** Sopa de Cocido (Pasta Sin Gluten)
Cocido Completo con Verduras

Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Arroz + Huevo + Fruta

- 27** Crema de Verduras ECO
Rotti de Pavo al Horno
Zanahoria Rehogada
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada y Yogur

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

- 30** Sopa de Picadillo (Pasta Sin Gluten)
Bacalao al Horno
Ensalada de Lechuga y Tomate
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Huevo + Lácteo

- 31** Pasta Sin Gluten con Tomate
Pollo al Ajillo
Ensalada de Lechuga y Maíz
Pan Sin Gluten y Agua
Fruta de Temporada

Cena: Verdura + Pescado + Fruta

mediterránea

VALORACIÓN NUTRICIONAL: Energía: Kcal, Lípidos: g, Proteínas: g, Hidratos de Carbono: g
FRUTA VARIADA Y DE TEMPORADA (Manzana, pera, naranja, mandarina y plátano)

R.D. 1169/2011 La información relativa a los alérgenos de nuestros platos, se encuentra en el Centro. Cualquier duda al respecto, nuestro personal le atenderá.